



 DELTA  
CONSULTORIO  
DI COUNSELLING CRISTIANO

# *Gazette*

dicembre 2017 N. 31



# Care lettrici, cari lettori,

il vostro fedele interesse per la DELTA Gazette, mostrato anche in questo 2017 ormai agli sgoccioli, ci fa molto piacere e ci stimola a procedere con sempre maggior entusiasmo. Ringraziamo tutti i lettori e i gentili amici che anche quest'anno hanno contribuito a sostenere l'associazione. Ogni dono, di qualunque entità esso sia, è prezioso e ci permette di migliorare i nostri servizi nonché di offrirvi maggiori opportunità e proposte di crescita personale e non solo.

Il seminario «Scoprire il regalo di Dio per la coppia», tenutosi al Centro Arca a Locarno gli scorsi 15 e 16 settembre e diretto da Barbara e Jean-Paul Röthlisberger, ha riscosso un apprezzabile interesse. Hanno partecipato una cinquantina di persone e gli echi sono stati positivi. I temi toccati e le mappe esposte, completate da esempi



*Fiorenza Toschini Segà,  
Counsellor*

personali tratti dalla vita dei relatori hanno risuonato nelle menti e nei cuori di molti ascoltatori. Comuniciamo sin d'ora che nel 2018 sono previsti un weekend e una settimana sul tema «coppia». Informazioni più dettagliate seguiranno nei prossimi numeri di DELTA Gazette. Tenete sott'occhio la pagina degli annunci!

Siamo pertanto lieti di proporvi, per l'inizio del 2018, un incontro relativo al tema dell'autostima. Troverete indicazioni più precise sul volantino allegato.

Lascio ora spazio alla lettura dell'articolo seguente, redatto dal pastore Daniele Scarabel, nonché membro del comitato DELTA, che si esprimerà sul tema: «Perché la vita cristiana a volte ci sembra così difficile?».

Buona lettura!

Il team DELTA vi augura FESTE BENEDETTE!

## Il punto focale

# Perché la vita cristiana a volte ci sembra così difficile?

La Bibbia ci comanda di amare il nostro prossimo come noi stessi, di amarci gli uni gli altri e addirittura di amare i nostri nemici. Ma se siamo sinceri, tutto questo va contro ogni nostra inclinazione naturale e sembra impossibile. Ci sono poi anche quelle persone che sembrano essere state posizionate strategicamente da Dio nella nostra vita per metterci alla prova, portando caos nella nostra altrimenti equilibrata vita cristiana. Se solo non ci fossero gli altri!

Anche la Bibbia conosce questa problematica e la descrive così: *«Perché la carne ha desideri contrari allo Spirito e lo Spirito ha desideri contrari alla carne; sono cose opposte tra di loro; in modo che non potete fare*



*Daniele Scarabel,  
Pastore MPE Locarno*

*quello che vorreste»* (Galati 5:17).

In questo contesto il termine «carne» descrive il nostro «lo», il nostro «ego» che è perennemente alla ricerca di un senso nella vita. Si tratta di quel principio, presente in ogni essere umano, che rifiuta l'idea di riempire il vuoto che sentiamo nel nostro cuore con la fede in Dio, perché significherebbe dipendere unicamente dalla grazia che lui ci offre in Cristo.

È la nostra carne che ci fa credere di sapere da soli ciò che è il meglio per noi, che dobbiamo per forza avere sempre tutto sotto controllo, a far nascere in noi sentimenti di rabbia, desideri di vendetta, pensieri tipo

«non mi farò mai più schiacciare da nessuno», perché in passato siamo magari stati traditi, delusi, ingannati o trascurati. È la carne che ci spinge a volere tutto subito, a farci sentire insicuri e a farci temere il rifiuto e il fallimento, a farci credere che se non riusciamo sempre ad imporci non abbiamo nessun valore. Possiamo così facilmente finire nel perfezionismo o in una lotta senza fine per cercare di dimostrare a noi stessi quanto siamo bravi.

Ciò che molti cristiani faticano a capire è che la carne, come principio che agisce in ognuno di noi, continua ad utilizzare il nostro corpo e la nostra mente, ovvero il nostro pensare, i nostri sentimenti e il nostro volere, come base operativa per convincerci a tornare ad essere dipendenti dai suoi desideri. Anche dopo la conversione!

Quando lo Spirito Santo inizia a guidarci, mette in noi desideri buoni e puri. Il problema è che a noi per istinto piace fare esattamente l'opposto. Ci siamo ad esempio prefissi di non parlare più male di altri alle loro spalle, ma quando qualcuno inizia, facilmente lo seguiamo

a ruota. Avevamo deciso di perdonare qualcuno, ma quando rivediamo in quella persona un tipo di comportamento che ci ha delusi o feriti, l'amore lascia spazio al desiderio di vendetta o alla rabbia.

Avevamo capito che non ha senso alzare la voce con i nostri figli quando ci fanno perdere la pazienza, ma scoppiamo quando torna il nostro desiderio egoistico di avere finalmente un po' di tranquillità. Eravamo decisi a portare a Dio ciò che ci dà fastidio nel nostro partner e invece, alla prossima tensione, gli riversiamo addosso tutti i possibili rimproveri.

Eravamo convinti di non volerci più lasciare influenzare dagli altri, ma basta che qualcuno faccia una strana osservazione o che apparentemente ci ignori o ci eviti, e già cadiamo in una profonda insicurezza. Oppure, dopo aver sperimentato come il Signore in passato più volte ci ha aiutati in situazioni difficili, torniamo velocemente ad essere ansiosi e a cercare disperatamente una soluzione umana a un problema, invece di portare a Dio tutti i nostri pesi.

Sperimentare questo conflitto interiore può essere deprimente e sconcertante, ma non dobbiamo dimenticare che la carne è una forza che è stata sconfitta alla croce. Lo Spirito Santo lotta contro la nostra carne e desidera rinnovare poco a poco la nostra mente, in modo da renderci capaci di riconoscere i falsi desideri della carne e le sue menzogne.

Ma come possiamo permettere allo Spirito Santo di controllarci? Può sembrare una risposta scontata, ma se non vogliamo permettere che la carne metta nella nostra mente delle idee strane e sbagliate, dobbiamo riempire la nostra mente con le buone e giuste verità di Dio, dobbiamo fare nostre le meravigliose promesse di Dio. È indispensabile seguire questa via perché la nostra mente nel momento del bisogno tende a dimenticare la verità e le promesse di Dio, tornando a credere alle menzogne della carne.

Per riuscirci è utile iniziare ogni giornata nella consapevolezza che senza la forza dello Spirito Santo non siamo in grado di fare le cose buone che vorremmo. Chiediamogli di guidarci, di poter sperimentare la sua

potenza, di darci pazienza e autocontrollo, pace, gioia e amore. Potremo così affrontare la giornata sapendo che Dio ci darà la vittoria su quei desideri della carne che a volte ci sembrano così irresistibili.

A volte la vita cristiana può sembrarci davvero difficile, ma non dobbiamo scoraggiarci. In Cristo abbiamo già la vittoria e, passo dopo passo, lo Spirito Santo vuole aiutarci a sperimentarla anche nella nostra vita quotidiana!



## Contatti

### Il presidente



Claudio Agosta  
Tel. 078 949 55 17

### I counsellor



Jasmine Stauffer Barbera  
Coordinatrice  
Tel. 079 739 99 08



Angelo Restivo  
Tel. 078 835 13 33



Fiorenza Toschini Segàt  
Tel. 078 799 91 69



Claire-Lise Ollier  
Tel. 079 286 21 11

## Annunci

### Seminario «Sviluppare l'autostima»

(Come ritrovare fiducia in se stessi),

diretto da Katia Zanetti

3 febbraio 2018

Centro Arca, Locarno

Iscrizioni: entro il 12.01.18, a [info@consultoriodelta.ch](mailto:info@consultoriodelta.ch)

### Seminario per coppie

diretto dalla coppia Röthlisberger

1-2 giugno 2018, in lingua italiana

Centro cristiano di Arbedo

### Seminario per coppie LiSa «Diventare sale e luce»

diretto da Manfred Engeli (l'ultimo della sua carriera!)

24-30 novembre 2018, Erba (Como)

Informiamo inoltre con largo anticipo che chi ha seguito la formazione di una settimana, «Diventare sale e luce», avrà la possibilità di partecipare a un weekend di approfondimento previsto per marzo 2019.

Per ulteriori informazioni, consultare il sito:

[www.consultoriodelta.ch/seminari](http://www.consultoriodelta.ch/seminari)





■ Consultorio DELTA  
Via Cattori 11  
6600 Locarno

[www.consultoriodelta.ch](http://www.consultoriodelta.ch)  
[info@consultoriodelta.ch](mailto:info@consultoriodelta.ch)  
Tel. 091 751 07 17

PC 65-234345-1



**P.P.**  
CH 6600 Locarno  
Post CH SA